

*Лепехин Николай Николаевич*  
(Санкт-Петербург)

## РАЗВИТИЕ УСТОЙЧИВОСТИ СУПРУЖЕСКОЙ ПАРЫ НА ОСНОВЕ ДУХОВНЫХ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ РЕСУРСОВ

*Аннотация:* Актуальность разработки концепции устойчивости (resilience) семьи определяется непрерывным ростом количества разводов. В данной статье представлена концепция проактивной устойчивости семьи как комплементарного взаимодействия индивидуальных, семейных и приходских ресурсов, которая может быть использована в добрачном консультировании, при проведении психологического консультирования супругов и терапии супружеских пар.

*Ключевые слова:* устойчивости семьи, resilience, конфликтоустойчивость, агрессия, терпимость, консультирование пар, психологические ресурсы, духовные ресурсы.

**Введение.** Актуальность разработки концепции устойчивости (resilience) семьи определяется непрерывным ростом количества разводов. На 10 браков в России приходится 8 разводов, что является третьим местом в мире по числу разводов. Эвристической особенностью понятия устойчивости является то, что она рассматривается как «системный процесс, присущий практически любому типу организованной целостности... человеку, организации, общины соседей, сообщества, города, государства или даже нации» (Zautra, Reich, 2011, p. 177), и, следовательно, предполагает рассмотрение проблемы устойчивости семьи на системном уровне: индивидуальность — супружеская пара — семья с детьми — расширенная прародительская семья — приходская община — социум. Проблема устойчивости семьи очень активно разрабатывается в современной психологии и имеет многоаспектное рассмотрение. Огромный массив исследований, рассматривающих различные духовные и психологические аспекты устойчивости (жизнеспо-

собности) семьи выполнен в ИП РАН (Махнач, 2016, 2017), а также другими отечественными и зарубежными авторами.

Российские семьи находятся в условиях негативных экономических, социальных, гуманитарных стрессов, однако, по мнению автора, решение проблемы устойчивости семьи (и демографической проблемы) должно начинаться не с поиска необходимых изменений экономического и материального характера, а с определением духовных и психологических ресурсов устойчивости семейной пары. Современные исследователи видят это так: «устойчивость — это главный ключ к будущему. Однако люди лежат в основе любого процесса устойчивости, и только ставя людей в центр преобразований, мы можем стремиться к созданию устойчивых организаций и общества» (Matos et al., 2022, p. IX).

Проблема устойчивости семейной пары имеет прежде всего духовный характер, и главным ресурсом устойчивости семейной пары является любовь, которая «долготерпит, милосердствует... не завидует... не превозносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а сорадуется истине; все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит» (1 Кор. 13, 4–7). К сожалению, способность воспринимать твердую духовную пищу не дается от рождения, а развивается благодаря испытаниям и искушениям. Современные молодые пары, как правило, не имеют достаточных духовных ресурсов для развития индивидуальной и семейной устойчивости, и при возникновении неизбежных трудностей и кризисов брака обращаются к поиску решений на основе рекомендаций психологического характера.

Цель данной статьи — представить концепцию проактивной устойчивости семьи как комплементарного взаимодействия индивидуальных, семейных и приходских ресурсов, которая может быть использована в добрачном консультировании, при проведении психологического консультирования супругов и терапии супружеских пар.

**Устойчивость семьи на основе взаимодействия индивидуальных, семейных и приходских ресурсов.** Современные авторы исходят из того, что развитие устойчивости любой системы подчиняется процессуальным закономерностям (Galy et al., 2023). Устойчивость предполагает проактивные действия, необходимые для того, чтобы преодолеть неизбежные разрывы, между тем как семья предполагалась и воображалась в головах супругов до брака и в начале брака, и как семейная жизнь разворачивается в реальности. Устойчивость семьи реализуется, если супругам удастся

вовремя и успешно внести коррективы в бытовые и межличностные процессы, корректируя их исходя из возникновения новых или предполагаемых в будущем условий семейной ситуации (Лепехин и др., 2025).

Понимание устойчивости как процесса предполагает, что семья никогда не сможет вернуться к своему идеальному уровню после столкновения с критическим событием, потому что этого начального состояния больше не существует. Развитие устойчивости происходит в результате того, что семья, сталкиваясь с трудностями или возможностями, извлекает уроки из своих успехов и неудач, трансформируется и тем самым увеличивает потенциал устойчивости. Поэтому акцент в определении состояния устойчивости семьи смещается на проактивную способность супругов изменять свою совместную жизнь до, во время или после изменений и кризисов, чтобы они могли поддерживать требуемое качество семейных отношений как в ожидаемых, так и в неожиданных условиях. Проактивная устойчивость опирается на способность супругов к антиципации угроз и изменений, и заблаговременный ответ на возникновение событий как угрожающего, так и благоприятного характера, которые семья может использовать для трансформации и развития (Duchek, 2020).

Устойчивость деятельности любой системы (включая семью) рассматривается современными авторами как свойство, которое формируется благодаря действиям и ресурсам индивидуально, группового и социального уровней (Bakker, Demerouti, 2018; Bardoel, Drago, 2021; Raetze et al., 2021). Для понимания возникновения устойчивости необходимо исследовать межуровневые взаимодействия и межуровневые эффекты различных antecedентов индивидуально, группового и социального уровней устойчивости (Hartmann et al., 2020). Многоуровневый анализ дает возможность понимания устойчивости как восходящего, так и нисходящего процесса, а также его временной динамики (Kozłowski, Klein, 2000). Поскольку развитие устойчивой семьи как целостной системы возможно только на основе индивидуально, группового и социального уровней устойчивости, необходимо понимать, как возникают или теряются ресурсы устойчивости и какова должна быть индивидуальная и семейная роль супругов, чтобы семья была устойчивой как в текущих условиях, так и при будущих изменениях (Galy et al., 2023).

**Индивидуальные ресурсы устойчивости.** Теоретический анализ и ряд эмпирических исследований позволил выделить психологические ресурсы, обеспечивающие устойчивость инди-

видуальной деятельности в различных сферах, включая семейную (Лепехин и др., 2025). Описание индивидуальной устойчивости предполагает три уровня описания: духовный, диспозиционный и поведенческий. Духовная индивидуальная устойчивость в максимальном проявлении соответствует словам апостола Павла: «не я живу, но живет во мне Христос» (Гал. 2, 20). Как показывают исследования российских ученых, духовность является одним из важнейших компонентов, обеспечивающих жизнеспособность человека (Махнач, 2017, с. 11). Однако приводя различные определения духовности, авторы пытаются концептуализировать ее как психологическую категорию, не принимая во внимание то, что в духовном мире по сравнению с психологическими феноменами пространство и время принципиально иные, и следовательно, психология, как инструмент более низкого уровня анализа, не может описать духовные состояния в их инобытии (Сочивко, 2002). Духовная устойчивость человека опирается на веру как «осуществление ожидаемого и уверенность в невидимом» (Евр. 11, 1), но при этом глубина веры сугубо индивидуальна и не может быть постигнута при помощи психологических измерений.

Диспозиционные характеристики индивидуальной устойчивости связаны с направленностью на преодоление трудностей, опираясь на свои личные усилия, и их можно диагностировать при помощи шкал: субъектность, жизнестойкость, базовая самооценка, психологический капитал, стрессоустойчивость, конфликтоустойчивость, эмоциональная стабильность, инициативность и многих других, которые можно рассматривать как показатели, отражающие состояние индивидуальной психологической устойчивости (антивыворания) в браке. Следует отметить, что у мужчин и женщин вообще, и в частности — у каждого из супругов, эти свойства выражены на разном уровне, что является одной из причин разногласий при восприятии тех или иных кризисных ситуаций брака.

Поведенческие характеристики устойчивости отражают сочетание этих диспозиций с желанием использовать ресурсы совместной семейной жизни, и проявляются в проактивных перенастройках структуры и приоритетов семейной жизни, что позволяет заранее подготовиться и противостоять неблагоприятным ситуациям и угрозам (Ильина и др., 2022). Кроме перенастроек «дизайна семьи» теория требований-ресурсов предлагает другие формы проактивного поведения, которые направлены на улучшение собственных физических и психологических ресурсов, создание эмоционального климата и усиление мотивов общения, взаимодействие и обмен идеями с друзьями, поиск устойчивости в искусстве

или жизненной энергии на природе (Bakker et al., 2020). Опираясь на диспозиционные и поведенческие компоненты индивидуальной устойчивости супруги способны проактивно перестроить свою семью, столкнувшись с новой или трудной ситуацией.

Таким образом, индивидуальная устойчивость каждого из супругов включает личностные диспозиции и желание опереться на семейные ресурсы, чтобы противостоять закономерным кризисам. В соответствии с основными принципами теории сохранения и развития ресурсов, это приводит к росту имеющихся ресурсов и появлению на основе опыта новых ресурсных состояний, обеспечивающих устойчивость семьи как развивающейся системы (Hobfoll et al., 2018). «Индивидуальная устойчивость — это развивающееся качество, капитализирующее успех преодоления предыдущих кризисов. Существует положительная взаимосвязь между устойчивостью в момент времени  $t$  и его уровнем устойчивости в момент  $t + 1$ » (Galy et al., 2023, p. 8).

**Ресурсы устойчивости пары.** Проблеме развития устойчивости на уровне пары посвящен ряд теоретических и эмпирических публикаций (Махнач, 2016; Лепехин, 2022). Устойчивость пары нельзя рассматривать как сумму или интегральную совокупность устойчивости каждого из супругов. Совместный уровень развития устойчивости опирается на два типа процессов: композицию, обеспечивающую коллективное состояние устойчивости как суммирование индивидуальных вкладов, и компиляцию, как возникновение более высокого эмерджентного уровня устойчивости на основе межличностных процессов. (Kozłowski, Chao, 2018). Процессы композиции описывают вклад индивидуальных и поведенческих характеристик каждого из супругов в повышение устойчивости семьи. Среди этих характеристик можно выделить влюбленность, адаптивность, общительность, конфликтоустойчивость, эмоциональный интеллект, и многие другие, позитивно влияющие на семейную устойчивость (Bowers et al. 2017; Лепехин и др. 2024).

Однако особую важность имеют возникающие (“emergent”) состояния в на основе компиляции, т. е. «сборки» или трансформации пары в целостность более высокого уровня — «двое во едину плоть». Состояние в паре «является эмерджентным, когда оно возникает в когнициях, эмоциях, поведении или других качествах членов пары, усиливается в результате их взаимодействия и проявляется как коллективный феномен более высокого уровня» (Kozłowski, Chao, 2018, p. 579).

Устойчивость как новообразование семьи предполагает, что на основе взаимодействия в семейной жизни возникают новые со-

стояния, которые и являются ресурсы парной (семейной) устойчивости (Bowers et al., 2017; Лепехин и др., 2025). На духовном уровне среди этих ресурсных состояний пары можно выделить любовь (1 Кор. 13, 4–7); смысл родительства — «если пшеничное зерно, пав в землю, не умрет, то останется одно; а если умрет, то принесет много плода» (Ин. 12, 24); прощение супруга — «от них же первый (или первая) есмь аз». На психологическом уровне это, прежде всего, установка, которая рождает состояние: Я+Я=МЫ, а также другие психологические состояния описанные в литературе: совместимость, разделяемость ментальных моделей, разделяемое лидерство, чувство семейной эффективности, трансактный опыт и память (память о кризисах), идентичность с семьей, взаимное доверие, и другие состояния, возникающие в процессе выполнения взаимозависимой совместной деятельности (Лепехин и др., 2024). Эти состояния повышают семейную субъектность в отношении предугадывания новых вызовов, активного поиска и использования внутренних и внешних ресурсов для улучшения своей жизни.

Таким образом, семейные ресурсы устойчивости возникают на основе индивидуальных ресурсов устойчивости и новообразований пары, создающих семейную субъектность. Результаты исследований устойчивости показывают, что основной потенциал устойчивости семьи формируется за счет ресурсов устойчивости пары, которая способна комплементарно интегрировать влияние индивидуальных ресурсов устойчивости и ресурсов внешнего социального окружения, включая расширенную семью и приход.

Поэтому стратегия психологического и психотерапевтического вмешательства в ситуациях семейных кризисов должна быть направлена на развитие совместных ресурсных состояний пары, тогда как раскрытие индивидуальных ресурсов устойчивости ведет к дальнейшей дезинтеграции имеющихся отношений супругов. Такая стратегия устойчивости пары должна находить опору в культурных приоритетах общества, а также духовных ценностях, которые лежат в основе жизни прихода.

**Социальные ресурсы устойчивости семьи.** Современные авторы отмечают, что устойчивость общества в значительной степени опирается не только на материальные активы, но и на культуру, которая присутствует в этих системах. Культура, ориентированная на устойчивость семьи, рассматривается как совокупность социальных норм, которая целенаправленно формируется, наращивается и динамически развивается. Культура устойчивости семьи развивает устойчивые социальные связи в системе, образующиеся на основе «комбинации психосоциальных процессов

адаптации, аккомодации и ассимиляции», что позволяет не только адаптироваться к внешним угрозам и давлению, но также ассимилировать энергию этого давления для роста устойчивости общества (Abi-Hashem, 2020, p. 13).

В отличие от индивидуального и семейного уровней, развитие устойчивости семьи на уровне общества определяется стратегией, выбранной на основе религиозных норм, изменение менталитета и культурных норм, динамики бизнес-среды. Стратегическая устойчивость семьи реализуется на основе проактивных действий, которые руководители всех уровней направляют на создание новых ресурсов семьи в ответ на текущие и будущие негативные события (Bardoel, Drago, 2021).

Стратегическая устойчивость, в отличие от поведения, направленного на совладание с требованиями текущей ситуации, например, требование поддержки матерей, воспитывающих детей вне брака, направлена на изменение приоритетов демографии и экономики, что предполагает программы и бюджеты, направленные на развитие и увеличение ресурсов устойчивости семейной пары (Hobfoll et al. 2018). Тормозом развития стратегической устойчивости семьи является то, что она не воспринимается бизнесом, поскольку руководители с проактивной мотивацией развития семьи могут иметь амбициозные политические цели, не совместимые с ценностями либеральной экономики.

Руководители, ориентированные на стратегическую устойчивость семьи, отличаются в лучшую сторону с точки зрения признания существующих реалий, открытости новому опыту, настойчивости в реализации изменений, готовности потратить бюджет, чтобы увеличить ресурсы семьи в будущем.

Можно заключить, что устойчивость семьи, является динамическим мета-конструктом, который формируется на основе комплексного взаимовлияния «снизу-вверх» и «сверху-вниз» индивидуальных, семейных и социальных ресурсов устойчивости, опирающихся на менталитет семейных ценностей.

## Литература

*Ильина О. Н., Лепёхин Н. Н., Маничев С. А.* Проактивное рабочее поведение: концепции и направления исследований // Организационная психология. 2022. № 12 (1). С. 92–127.

*Лепехин Н. Н.* Устойчивость пары: мотивация сохранения отношений и преодоление разногласий // Современная христианская психология и антропология: актуальные вопросы. Материалы третьей всероссийской

конференции. Санкт-Петербург, 20 октября 2022 г. СПб.: ЦХПА, 2022. С. 64–81.

*Лепехин Н. Н., Ильина О. Н., Круглов В. Г., Круглова М. А.* Разделяемое лидерство и совместимость ментальных моделей как предикторы устойчивости рабочих групп // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2024. № 14 (4). С. 673–692.

*Лепехин Н. Н., Ильина О. Н., Круглов В. Г., Круглова М. А.* Развитие устойчивости организации на основе взаимодействия индивидуальных, командных и управленческих ресурсов // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2025. № 2. С. 283–308.

*Махнач А. В.* Жизнеспособность человека и семьи: социально-психологическая парадигма. М.: Институт психологии РАН, 2016. 459 с.

*Махнач А. В.* Жизнеспособность человека как предмет изучения в психологической науке // Психологический журнал. 2017. Т. 38. № 4. С. 5–16.

*Сочивко Д. В.* Расколотый мир: Опыт анализа психодинамики личности человека в экстремальных условиях жизнедеятельности. М.: Per Se, 2002. 303 с.

*Abi-Hashem N.* Resiliency and Culture: An Interdisciplinary Approach // RUDN. Journal of Psychology and Pedagogics. 2020. Vol. 17(4). P. 586–603.

*Bakker A. B., Petrou P., Op den Kamp E. M., Tims M.* Proactive vitality management, work engagement, and creativity: the role of goal orientation // Appl. Psychol. Int. Rev. 2020. Vol. 69. P. 351–78.

*Bakker A. B., Demerouti E.* Multiple levels in job demands–resources theory: implications for employee well-being and performance // In Handbook of Well-Being / Eds. E Diener, S Oishi, L Tay. Noba Scholar. 2018. P. 1–13.

*Bardoel E. A., Drago R.* Acceptance and strategic resilience: An application of conservation of re-sources theory // Group & Organization Management. 2021. Vol. 46 (4). P. 657–691.

*Bowers C., Kreutzer C., Cannon-Bowers J., Lamb J.* Team resilience as a second-order emergent state: A theoretical model and research directions // Frontiers in Psychology. 2017. Vol. 8. P. 1360.

*Duchek S.* Organizational resilience: A capability-based conceptualization // Business Research. 2020. Vol. 13 (1). P. 215–246.

*Galy A., Chênevert D., Fouquereau E., Groulx P.* Toward a new conceptualization of resilience at work as a meta-construct? // Frontiers in Psychology. 2023. Vol. 14. Article 1211538.

*Hobfoll S. E., Halbesleben J., Neveu J.-P., & Westman, M.* Conservation of Resources in the Organizational Context: The Reality of Resources and Their Consequences // Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior. 2018. Vol. 5(1). P. 103–128.

*Kozlowski S. W., Chao G. T.* Unpacking team process dynamics and emergent phenomena: Challenges, conceptual advances, and innovative methods // The American psychologist. 2018. Vol. 73 (4). P. 576–592.

*Kozlowski S. W., Klein K. J.* A Multilevel Approach to Theory and Research in Organizations: Contextual, Temporal, and Emergent Processes // *Multilevel Theory, Research, and Methods in Organizations: Foundations, Extensions, and New Directions* / Eds. *Kozlowski S. W.* San Francisco: Jossey-Bass, 2000. P. 3–90.

*Matos F., Selig P. M., Henriqson E.* Resilience in a Digital Age. *Contributions to Management Science.* Springer, Cham. 2022. p. IX

*Raetze S., Duchek S., Maynard M. T., & Kirkman B. L.* Resilience in Organizations: An Integrative Multilevel Review and Editorial Introduction // *Group & Organization Management.* 2021. Vol. 46 (4). P. 607–656.

*Zautra A. J., Reich J. W.* Resilience: the meaning, methods, and measures of a fundamental characteristic of human adaptation // *Oxford Handbook of Stress, Health, and Coping* / Eds S. Folkman. NY: Oxford University Press, 2011. P. 173–185.

*Лепёхин Николай Николаевич* (Санкт-Петербург), семейный консультант, канд. психол. наук, доцент факультета психологии СПбГУ; [lepehin-n@mail.ru](mailto:lepehin-n@mail.ru).

Ссылка на публикацию:

*Лепехин Н. Н.* Развитие устойчивости супружеской пары на основе духовных и психологических ресурсов // *Современная христианская психология и антропология: актуальные вопросы. Материалы шестой всероссийской конференции.* Санкт-Петербург, 2 ноября 2025 г. СПб.: ЦХПА, 2025. С. 114–122.